



Psychologia pozytywna

Zmiany społeczno-kulturowe

część IV

Nikt chyba nie ma wątpliwości co do tego, że świat nieustannie się zmienia. Trudno też zaprzeczyć, że zmiany te (kulturowe, technologiczne, społeczne) są coraz szybsze, a gdy dołożyć do tego przemiany polityczno-gospodarcze w Polsce sprzed dwudziestu kilku lat, można odnieść całkiem uzasadnione wrażenie, że nasze życie przypomina nieco podróż przyspieszającą kolejką w bliżej niesprecyzowanym kierunku.

Zmiany – zarówno te, które uważamy za negatywne, jak i te oceniane pozytywnie – bardzo często wiążą się z niepokojem i lękiem. Niepewność przyszłości niweluje perspektywę długiego czasu i uniemożliwia przewidywanie konsekwencji dzisiejszych działań; teraźniejszość pełna jest wątpliwości i konieczności dokonywania bardzo trudnych wyborów. Co to jednak znaczy dla edukacji przedszkolnej? Jakie wyzwania i zadania stoją w związku z tym przed każdym dyrektorem i nauczycielem przedszkola?

ZNAKI ZAPYTANIA

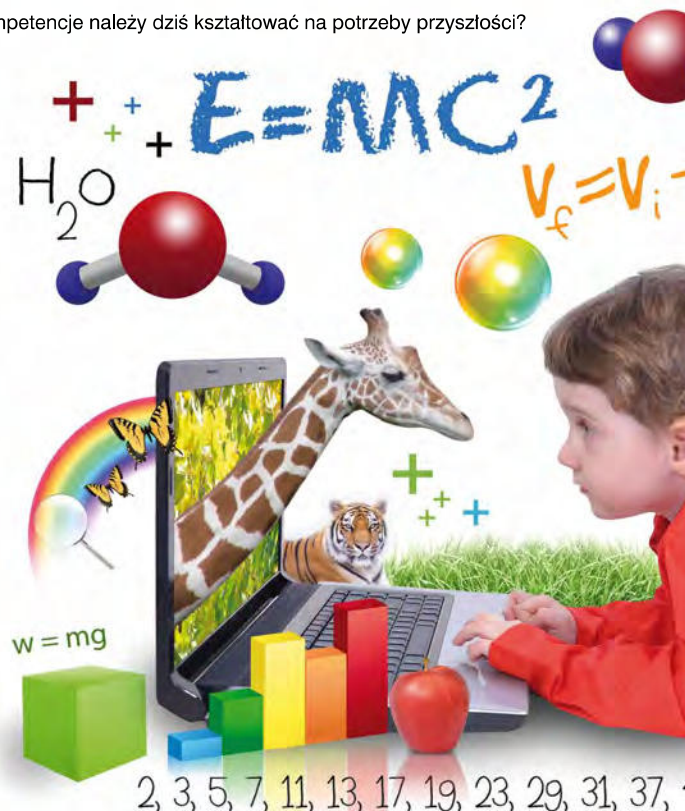
Dzisiejszy przedszkolak będzie wkraczał w dorosłość około 2035 r. W 2055 r. będzie człowiekiem u szczytu aktywności zawodowej, ekspertem w swojej dziedzinie, urządzającym świat dla kolejnych pokoleń. Co możemy dziś powiedzieć o świecie w 2055 r.? Jakie kompetencje powinniśmy już teraz kształtować? Które umiejętności okażą się przydatne, a które zupełnie archaiczne? Jakie wartości powinny przyświecać dzisiejszej edukacji, aby nie była ona oderwana od teraźniejszości i przeszłości, ale i uwzględniała zmiany, które dzieją się na naszych oczach? Jak powinniśmy prowadzić działania edukacyjne i wychowawcze, skoro w jednej grupie znajdować się mogą dzieci z bardzo różnych pod wieloma względami rodzin?

Te problemy są stosunkowo nowe – jeszcze niedawno zróżnicowanie pod względem materialnym, światopoglądowym, kulturowym nie było tak ogromne, a zadaniem edukacji była raczej socjalizacja, czyli „przystosowanie” człowieka (pod wieloma względami) do społeczeństwa, „wyposażenie” podopiecznych w kompetencje, umiejętności, wiedzę, zaszczerpienie idei i postaw niezbędnych do samodzielnego funkcjonowania w dorosłym świecie, zarówno pod względem zawodowym, jak i społecznym. Dziś nie jest to oczywiste – po pierwsze, dlatego, że nie wiemy, jak będzie wyglądać owo społeczeństwo, po drugie, dlatego, że idei socjalizacji przeciwstawiana jest idea emancypacji, wyzwania i podtrzymywania własnej inicjatywy, względnej niezależności i ciekawości świata. Podkreśla się, że rola człowieka nie ogranicza się do roli „trybika w maszynie”, bo ma on świat przekształcać, tworzyć i wzbogacać. Problemy te zostały poruszone m.in. podczas II Kongresu Polskiej Edukacji, zorganizowanego przez Instytut Badań Edukacyjnych, jako źródło trudności współczesnej edukacji.

KOMPETENCJE PRZYSZŁOŚCI

Jak już powiedziano, przyczyną trudności w określeniu tego, jakie umiejętności powinien posiadać człowiek, którego czas największej aktywności przypadnie na połowę XXI w., są nieustanne i szybkie zmiany, jakim podlega świat, zmiany rynku pracy, zmiany społeczne i kulturowe. Możemy zatem dyskutować o tym, czy jest sens doskonalić prawidłowe trzymanie kredki, skoro czterolatki całkiem biegle posługują się klawiaturą, a my sami długopisem zapisujemy już niemal wyłącznie listę zakupów. Możemy zastanawiać się, czy uczyć dzieci angielskiego, czy raczej chińskiego. Możemy stawiać szereg pytań o kompetencje szczegółowe i wróżyć z fusów, które z nich przydadzą się za 40 lat. Możemy jednak – a nawet powinniśmy – zajrzeć nieco „głębiej”, zastanowić się nad podstawowymi, bazowymi umiejętnościami, jakie należy kształtować u następnych pokoleń. Możemy skupić się na tym, co na pewno umożliwi podopiecznym osiągnięcie sukcesów w każdych warunkach, zachęci ich do własnej aktywności przez całe życie, wykształci wytrwałość, umiejętność stawiania i realizowania celów, czerpania radości z działania, uruchomi trwałą ciekawość poznawczą.

Jakie kompetencje należy dziś kształtować na potrzeby przyszłości?



Okres przedszkolny jest najlepszym momentem do kształtowania tych kompetencji. Kilkulatek, opuszczając dość zamknięte i jednorodne środowisko domowe, wkracza w świat, którego jest ciekaw, w którym styka się z nowymi zasadami, osobami, regułami, zachowaniami, ale nie potrafi jeszcze się w nich odnaleźć, bo znane mu z domu mechanizmy „nie działają” w tym szerszym świecie. Dziecko ma zatem apetyt na poznanie nowego, mimo że jest narażone na niepowodzenia.

Dla rozbudzenia i zaspokajania owego apetytu istotne jest, aby środowisko przedszkolne dostarczało jak najwięcej zróżnicowanych doświadczeń, oferowało rozmaite formy aktywności i czujnie przyglądało się, które z nich najbardziej odpowiadają maluchowi. Ważne jest, o czym często się zapomina, aby nie ograniczać się do pokazywania dziecku świata czy objaśniania go. Ciekawość, aby mogła się rozwijać, musi być umiejętnie podsycana. Nie chodzi o to, by zaprowadzić dzieci do parku i opowiedzieć o roślinach, a następnie do muzeum, gdzie występują – choćby najlepszej – przewodniczki. Znacznie lepiej jest dać przedszkolakowi zadanie, zagadkę, którą będzie mógł rozwiązać, korzystając z pomocy nauczyciela, rodzica, kolegów. Dzieci uwielbiają przygody, a przygodą może stać się wszystko. Jeśli zdobywanie dowolnej wiedzy czy umiejętności będzie miało taki właśnie charakter, możemy sprawić, że odkrywanie świata pozostanie dla nich fascynujące i na późniejszych etapach.

Zadania stawiane przed dzieckiem to także szansa na wykształcenie w nim umiejętności rozwiązywania problemów. Tylko trening w zakresie szukania odpowiedzi, wykorzystywania posiadanych już umiejętności w nowy sposób, wymyślenia i tworzenia przyczyni się do wykształcenia w dziecku przekonania, że z wszelkimi zadaniami można sobie poradzić, że przeszkoda to coś, co można pokonać, a nie sygnał do odwrotu. Kluczowy jest tu odpowiedni stopień trudności owych zadań, a właściwie adekwatność między nimi a oferowanym wsparciem. Zadania zbyt łatwe szybko nudzą i nie stanowią wyzwania, a wykonanie ich nie przynosi satysfakcji i wiary we własne możliwości. Są jak zbyt proste krzyżówki dla nas, do-

rosłych – mogą zabić czas, ale nie wnoszą niczego do naszego rozwoju, rozwiązywanie ich nie daje radości i nie pobudza intelektualnie. Z kolei zbyt duża rozbieżność między umiejętnościami, dostępną pomocą i poziomem skomplikowania zadania szybko zniechęca. To jednak nie wszystko.

Co pomyśleliby Państwo, gdyby mieli teraz przeprowadzić dowód matematyczny lub przetłumaczyć książkę na obcy język, a w ramach pomocy otrzymali podręczniki matematyki i słowniki? „To nie dla mnie” czy raczej „Na wykonanie tego zadania potrzebowałabym/potrzebowałbym mnóstwo czasu”? Wybrana odpowiedź z dużym prawdopodobieństwem pokazuje styl wyjaśniania, który zaczyna się kształtować właśnie w okresie przedszkolnym. Stanowi on sposób, w jaki sami postrzegamy swoje porażki (i sukcesy), przekonanie o tym, czy przyczyna owej porażki znajduje się w nas, jest naszą cechą, czy brak sukcesu jest permanentny i „generalny” (pessimistyczny styl wyjaśniania), czy raczej jest spowodowany zewnętrznymi wobec nas okolicznościami, nie jest stały i ma ograniczony zasięg (optimistyczny styl wyjaśniania).

Pokonanie przeciwności, a nie ich brak, daje możliwość zbudowania przekonania o własnej skuteczności i – co za tym idzie – poczucia własnej wartości.

Więcej i bardziej szczegółowo o stylach wyjaśniania można przeczytać w pierwszym artykule z cyklu o psychologii pozytywnej autorstwa Tomasza Juńczyka, opublikowanym w czerwcowo-lipcowym numerze miesięcznika. W tym miejscu pozwolimy sobie więc jedynie na krótkie przypomnienie: styl wyjaśniania ma ścisły związek z tym, czy dziecko będzie podejmowało wysiłki, aby się doskonalić w dowolnej dziedzinie (a tak się stanie, jeśli uzna, że **tym razem** nie wyszło, że nie udało się, bo **poświęciło za mało czasu lub wysiłku** na dane zadanie, a brak sukcesu dotyczy **tego konkretnego zadania**), czy zaniecha aktywności, będzie mało wytrwałe, łatwo będzie się poddawać (a tego można się spodziewać, jeśli posługiwać się będzie negatywnym stylem wyjaśniania, czyli stwierdzi, że **nigdy** nie umie wykonać zadania, **nie ma zdolności**, aby je wykonać, i **wszystkie zadania** tego typu są poza jego możliwościami). Czy istnieje coś bardziej niezbędnego niż optimistyczny styl wyjaśniania w zmieniającym się świecie, w którym ciągle trzeba uczyć się nowych umiejętności, zdobywać nową wiedzę i nie ustawać w staraniach?

MIĘDZY INDYWIDUALIZMEM A KOLEKTYWIZMEM

Jak wspomniano wyżej, dziś nieco zmieniła się perspektywa, zgodnie z którą zadaniem edukacji jest „dostosować” małego człowieka do reguł panujących w świecie dorosłych. Dotychczas podkreślano socjalizacyjną funkcję instytucji edukacyjnych, realizowaną poprzez wspólny dla wszystkich, jednakowy program (dydaktyczny i wychowawczy); jej celem było osiągnięcie przez wszystkich jednakowego standardu w określonym czasie. Dziś mówi się często o tendencji odwrotnej, kładącej nacisk na emancypacyjną funkcję. Jest ona zgodna z ideą indywidualizmu, jaką jest prześiąknięta nowoczesność. W tej koncepcji podkreśla się, że jednostka sama kształtuje swoje życie, jest za nie odpowiedzialna, wolna od tradycyjnych norm i zasad (o ile



sama ich nie wybiera). Indywidualizm oznacza także względną niezależność od więzi społecznych, ponieważ prawa jednostki są znacznie wyżej wartościowane niż prawa grupy.

Często mówi się o tym także w kontekście edukacji – zgodnie z tą zasadą najistotniejsze jest, aby przygotować dziecko do maksymalnej samodzielności i niezależności. Postuluje się, aby postępy edukacyjne przebiegały zgodnie z zainteresowaniami i możliwościami każdego malucha z osobna, aby w swoim własnym tempie odkrywał on własny, indywidualny program. Wydaje się, że w stosunku do kolektywizmu, w którym naczelną funkcją wychowania i edukacji jest kształtowanie człowieka według pewnego schematu i ogólnie przyjętych norm czy wzorców, program ten pozwala na realizowanie nieograniczonego potencjału jednostki i przygotowuje do życia ekspansywnego i twórczego. Niekiedy mówi się także, że indywidualizm pozwala na budowanie poczucia własnej wartości, bowiem dziecko w swej wolności wybiera takie obszary zainteresowań, w których czuje się sprawne i kompetentne, tak dobiera sobie (przy mniejszym lub większym udziale dorosłych) poziom zaawansowania w danej dziedzinie, by być w niej biegłe, przez co jego samoocena pozostaje niezagrożona.

Zanim jednak zachłystniemy się tą ideą i popadniemy w kompleksy i frustrację, że nie jesteśmy w stanie realizować w praktyce takiego pięknego programu, zastanówmy się, jakie konsekwencje niesie z sobą wychowywanie i edukowanie młodego człowieka w duchu owej perspektywy. Martin Seligman, twórca nurtu psychologii pozytywnej, upatruje w wybujałym indywidualizmie jednej z przyczyn epidemii depresji. Zauważa on, że w minionych dziesięcioleciach, w których całe pokolenia nie miały tak wspaniałych możliwości samorealizacji i tak wielu dróg wyboru, nieobce były im natomiast wojny i głód, występowalność depresji była znacznie niższa. Z badań, które przywołuje Seligman, wynika, że u osób urodzonych około I wojny światowej ryzyko zapadalności na depresję **w ciągu całego życia** wynosiło około 1 proc., wśród osób urodzonych w okresie II wojny światowej – 3,5 proc., podczas gdy u nastolatków lat 90. odsetek ten wynosi 12–15 proc., i to pomimo faktu, że poprzednie pokolenia miały, mówiąc kolokwialnie, „więcej czasu”, aby zapaść na depresję.

Zdaniem badacza przekonanie (fałszywe), że jest się jedy-nym, wyjątkowym, że własne sukcesy i porażki mają fundamentalne znaczenie, jest kluczowe dla wyjaśnienia tego zjawiska. Nie bez znaczenia jest to, że wraz z postępującym indywidualizmem erozji ulegają więzi międzyludzkie. Inni ludzie (rodzina, rówieśnicy, społeczności i grupy nieformalne) są raczej źródłem udręku i ograniczeń, niż stanowią sieć wsparcia. Skoro człowiek jest sam sobie sterem, żeglarzem i okrętem, to całą energię koncentruje na samorozwoju, a nie budowaniu głębokich, opartych na zaufaniu, relacji. I cały ten system może jakoś działać, aż do pierwszej porażki – a te są przecież nieuniknione.

Kreatywność, jaka ma się rodzić w sytuacji nieskrępowanego indywidualizmu, też wydaje się być – przy uważniejszym spojrzeniu – nieco podejrzana. Wielkie idee rzadko rodzą się w samotności, a te, które w samotności powstały, niekiedy szkodzą ludzkości lub przynajmniej nie wytrzymują z rzeczywistością. Doskonałe pomysły, znakomite rozwiązania, genialne wynalazki zazwyczaj wymagają starcia się wielu stanowisk, dyskusji, konfrontacji, współpracy z innymi – umiejętności słuchania, obrony swego stanowiska, podziału obowiązków (a więc zaufania komuś, że wykona swoją część najlepiej, jak potrafi). Zatem to, czego powinniśmy uczyć od najmłodszych lat, to raczej kooperacja i współpraca, wymiana zasobów, doświadczeń, opinii, umiejętność porównywania, zestawiania, wyciągania wniosków, współtworzenia nowych rozwiązań. Doskonałym ćwiczeniem tych kompetencji są różne formy pracy zespołowej, gry i zabawy w grupie, wszelkiego rodzaju zadania, których rozwiązanie wymaga komunikowania się i wymiany rozmaitych dóbr (mogą być to choćby kredki). Ważne jest, aby to nie dzieci dobierały się w grupy, bo w ten sposób szybko powstaną w miarę stałe zespoły, a procesy, które chcemy uruchomić, mogą się usztywnić, przebiegać wciąż według jednego schematu (wiadomo, że Piotruś skupi wokół siebie grupkę „nieprzeszkadzających” i sam wykona zadanie, natomiast Ania zarządzi w swojej takie reguły, że żadne inne dziecko nie będzie miało szans przebić się ze swoim pomysłem). Grupy należy więc dobierać według różnych kluczy, a sam sposób ich wyłaniania może być ćwiczeniem integrującym czy edukacyjnym.

Podsumowując: dylemat „socjalizować czy emancypować?” edukacja przedszkolna powinna rozwiązać, pozostawiając obie tendencje w równowadze. Tylko w ten sposób można kształtować zarazem niezależność i współpracę, wiarę w siebie i ufność wobec innych, a także pogłębioną trwałą ciekawość świata, połączoną z wytrwałością w poznawaniu go.

POCZUCIE WŁASNEJ WARTOŚCI

Wróćmy jeszcze na chwilę do poczucia wartości, jakie rzekomo ma się budować w sytuacjach, gdy młody człowiek nie jest narażony na niepowodzenia. Nie jest to może implikacja wypływająca wprost z indywidualizmu, ale jednak miejscami z nim zbieżna, a na pewno kwestia budowania pozytywnej samooceny jest pewnym postulatem współczesności. Dzięki niej człowiek ma wierzyć we własne siły, być ekspansywny, przebojowy, mierzyć wysoko, stawiać sobie ambitne cele i bez kompleksów podejmować wyzwania. Z pewnością jest to cenna i niekwestionowana wartość, jednak należy być ostrożnym co do przekonania, że podstawowym zadaniem nauczycieli czy przedszkola jest kształtowanie znakomitego samopoczucia bez względu na okoliczności. Seligman mówi o tym, że budowanie poczucia wartości polegające na niwelowaniu zdrowej rywalizacji, wspieraniu przekonania o własnej wyjątkowości, braku wskazywania niedociągnięć w określonych obszarach, jest budowaniem samooceny kruchej i płytkiej. Znacznie ważniejsze jest, aby nauczyć młodych ludzi rzeczywiście radzić sobie w świecie, niż kształtować w nich dobre samopoczucie wynikające z wysokiego mniemania o sobie. Oczywiście nie ma nic złego w pewności siebie, ale należy tu mocno odróżnić umiejętność czerpania satysfakcji z mocnych stron i osiągnięć

Kredki czy klawiatura?

od zaniżania wymagań, aby tylko nie wzbudzić dyskomfortu. Jest to szczególnie istotne w okresie przedszkolnym. Dziecko w tym wieku ma często poczucie wszechmocy i wszechwiedzy. Przecenia swoje możliwości, a jego samoocena jest oparta raczej na wyobrażeniach na swój temat niż na faktach. Jest to naturalne stadium rozwojowe, jednak jeśli chcemy, aby w przyszłości poczucie własnej wartości dziecka było realistyczne, musi ono wiedzieć, czego potrafi dokonać, a które działania wymagają ćwiczenia i uczenia się. Dlatego ważnym zadaniem edukacji przedszkolnej jest udzielanie dziecku prawdziwych informacji zwrotnych na temat jego osiągnięć, formułowanych zgodnie z optymistycznym stylem wyjaśniania.

Zadania stawiane przed dzieckiem to także szansa na wykształcenie w nim **umiejętności rozwiązywania problemów**.

Pamiętać należy o prostej prawdzie, że aby człowiek mógł się doskonalić (w każdej dziedzinie), musi stanąć przed zadaniem przerastającym jego możliwości. Oczywiście nie może ono leżeć poza jego zasięgiem, zaś istota edukacji – i szerzej: rozwoju – polega na adekwatnym stopniowaniu poziomu trudności i bilansowaniu go z całym systemem pomocy i wsparcia. Aby jednak osiągnąć poziom ekspercki w dowolnej dziedzinie (choćby to miała być czynność kaligrafowania litery „s”), niezbędne są także niepowodzenia, które stanowią sygnał, że należy zmienić strategię działania, oraz chwile zwątpienia, dzięki którym osiągnięcie celu jest bardziej wartościowe i pozwala na autentyczną, pogłębioną satysfakcję. Pokonanie przeciwności, a nie ich brak, daje możliwość zbudowania przekonania o własnej skuteczności i – co za tym idzie – poczucia własnej wartości.

WYZWANIA TERAŻNIEJSZOŚCI

Współczesność przyniosła z sobą zmiany, które sprawiły, że dzieci w grupie rówieśniczej mają bardzo odmienne doświadczenia – pochodzą z rodzin o różnym statusie materialnym, aspiracjach, sposobach spędzania czasu, celach, przekonaniach i wyznawanych wartościach. Może to prowadzić do podziałów wewnątrz grupy; kruszące dla dykcji i oczekiwane przez rodziców może być też strukturalne „podzielenie” dzieci na homogeniczne zespoły. Czy jednak pozbawianie przedszkolaków pewnej szansy na wzbogacanie ich doświadczeń i radzenia sobie z różnorodnością ma sens?

Gdy dzieci bawią się w dom, każde z nich ma inną wizję tej zabawy, każde chce odtwarzać taką rzeczywistość, jaką zna. Może tu dojść do poważnych rozbieżności, wynikających z odmiennych doświadczeń, czasem tak różnych, że sama zabawa nie będzie możliwa. Czy jednak stanowi to przeszkodę, czy jest raczej okazją do spostrzeżenia, że pewien aspekt świata nie jest jednorodny i wymaga wykształcenia ważnej kompetencji kompromisu i uzgadniania reguł?

Istotne jest, aby pozwolić w takich sytuacjach na to, by dzieci same ustalały owe reguły swojej zabawy, a nauczyciel pozostawał raczej mediatorem (jeśli to konieczne) i nie narzucał konkretnego rozwiązania. Taka postawa pozwoli na rozwijanie współpracy i umiejętności negocjacyjnych, które często stają się sednem zabawy – określanie zasad trwa w istocie dłużej niż sama zabawa i bardziej angażuje dzieci.

Istnieje jednak i druga strona medalu. Coraz większa liczba rozwodów, osób pozostających w związkach nieformalnych oraz dzieci z rodzin rekonstruowanych (tzw. patchworkowych, od ang. *patchwork* – zszyte kawałki różnych tkanin) zmusza przedszkole do bardziej elastycznego myślenia o najbliższym środowisku swoich podopiecznych. Często poza matką i ojcem dzieci pozostają w bliskich kontaktach z innymi partnerami swoich rodziców, ich dziećmi z innych związków, posiadają przyrodnie rodzeństwo i np. trzy babcie. Może to być źródłem skomplikowanych relacji emocjonalnych i poczucia braku stabilności. Oczywiście nie jest rolą przedszkola ingerować w te relacje, często delikatne i trudne, ale niezmiennie ważne jest, żeby z dużym taktem podchodzić do obchodzenia świąt typu Dzień Matki, wszelkich zadań związanych z opisywaniem rodziny, a także kontaktów z rodzicami i opiekunami dziecka.

Pamiętać też należy, że dzieci mogą funkcjonować w dwóch domach (opieka dzielona przez oboje rodziców), co może być przyczyną rozmaitych trudności organizacyjnych. Warto mieć to na uwadze, gdy np. dziecko ma przynieść coś do przedszkola lub gdy grupa wybiera się na wycieczkę.

Przedszkole nie jest samotną wyspą. Jest zanurzone w całym systemie społecznym i kulturowym, na którego wyzwania musi odpowiadać poprzez działania wychowawcze i edukacyjne, ale także współtworzy go, kształtując kolejne pokolenia. Ten system wzajemnych oddziaływań obejmuje kilka poziomów: rodzinę, szerszy system edukacji z jego celami uzgadnianymi na poziomie państwa, świat wartości kultywowanych w danym społeczeństwie, dążenia i aspiracje tego społeczeństwa. Wszystkie te warstwy nieustannie się zmieniają i aby odpowiadać na ich oczekiwania oraz by przygotować – w odległej perspektywie – podopiecznych do zmieniającego się świata, sami musimy być na zmiany otwarci i gotowi, czyli upatrywać w nich raczej szans niż zagrożeń.

Bibliografia:

- ▶ A.I. Brzezińska, *Wczesna opieka i edukacja to inwestycja w dziecko: między emancypacją a socjalizacją*, prezentacja wygłoszona na II Kongresie Polskiej Edukacji, Warszawa 15.06.2013, http://www.kongres.ibe.edu.pl/images/prezentacje/15czerwca2013/wczesna_educacja/3_A_Brzezinska.pdf (dostęp z 3.09.2013).
- ▶ *Psychologiczne portrety człowieka*, red. A.I. Brzezińska, Gdańsk 2005.
- ▶ M.E.P. Seligman, *Psychologia pozytywna*, w: *Psychologia pozytywna: nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka*, red. J. Czapieński, Warszawa 2004.
- ▶ J. Szempruch, *Nauczyciel wobec wyzwań edukacyjnych późnej nowoczesności*, w: *Wczesna edukacja dziecka wobec wyzwań współczesności*, red. I. Adamek, Z. Zbróg, Kraków 2011.
- ▶ *O systemie edukacji w Polsce*, rozmowa Dariusza Bugalskiego z prof. Anną Izabelą Brzezińską, Aleksandrą Pezdą i prof. Michałem Federowiczem, audycja radiowa „Klub Trójki” z dnia 24.06.2013, Program Trzeci Polskiego Radia, <http://www.polskieradio.pl/9/396/Artykul/873394,System-edukacji-w-Polsce-Dajemy-młodym-zbyt-duzo-gotowych-odpowiedzi> (dostęp z dnia 3.09.2013).



Marta Sokołowska

Magister filozofii i psychologii. Współtworzyła program studiów podyplomowych „Psychologia pozytywna i jej praktyczne zastosowania”. Zajmuje się pomocą psychologiczną w Pracowni Rozwoju (www.pracowniarozwoju.org). Posiada wieloletnie doświadczenie w pracy z dziećmi i młodzieżą z różnych środowisk, współpracowała także przy projekcie skierowanym do seniorów. Prowadziła szkolenia z zakresu zarządzania zmianą, komunikacji, procesów grupowych, radzenia sobie ze stresem i rozwiązywania konfliktów